

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KERJA DAN PENGENDALIAN STRES KERJA PADA
TENAGA KERJA DI BAGIAN CARGO PT. ANGKASA PURA LOGISTIK BANDAR UDARA INTERNASIONAL
AHMAD YANI SEMARANG

Putri Utami – 25010113140212

(2017 - Skripsi)

Stres kerja adalah suatu perasaan yang menekan atau rasa tertekan yang dialami pada karyawan dalam menghadapi pekerjaannya. Dalam melaksanakan pekerjaan setiap pekerja, manusia dapat mengalami stres. Sama halnya seorang pekerja pada Terminal kargo juga dapat mengalami stress kerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan mix metode (kuantitatif-kualitatif). Subjek penelitian adalah bekerja di bagian kargo PT Angkasa Pura logistik Semarang. Data dikumpulkan dengan penyebaran angket gejala stres kerja pada 37 responden dan wawancara mendalam pada senam bekerja di bagian kargo. Data analisis menggunakan analisis deskriptif pada penelitian kuantitatif dan analisis isi pada penelitian kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 37 responden 54,1% mengalami stress kerja berat, 45,9% mengalami stres Kerja ringan dan 0% tidak mengalami stres kerja. Dari 8 faktor stress kerja yang diteliti, faktor intrinsik (faktor tuntutan tugas dan lingkungan pekerjaan), faktor pengembangan karir, dan faktor tuntutan dari luar pekerjaan), faktor pengembangan karir dan tuntutan suara pekerjaan merupakan faktor penyebab stres kerja pada pekerja di terminal kargo PT. Angkasa Pura Logistik Bandar Udara Internasional Ahmad Yani, Semarang (secara subjektif). Cara pengendalian stres kerja pada para pekerja di bagian kargo yang tidak mengalami stres kerja dalam mengendalikan kejenuhan yaitu dengan cara bercanda dengan rekan kerja bermain handphone dan berusaha selalu tetap fokus. Apabila terdapat masalah dalam pekerjaan ataupun dengan rekan kerja, mereka membicarakan dengan Pimpinan dan rekan kerja untuk menemukan solusi yang terbaik. Untuk menghilangkan rasa lelah selama bekerja yaitu dengan cara minum bergerak-gerakan badan dan mendinginkan badan di bagian *customer service*

Kata Kunci: Stres kerja, Pengendalian Stres Kerja, Pekerja di Terminal Kargo